



SUNSUNわくわくニュース

SUNクラブニュース(サークル・講座・旅行・コンサートお知らせetc)

2018年
3月
第89号

発行 宮城県社会福祉協議会「いきいきSUNクラブ事務局」 〒980-0011 仙台市青葉区上杉1丁目2番3号(宮城県自治会館3階)
TEL 022 (223) 1171 e-mail g031@miyagi-sfk.net
●個人情報について：提供いただく個人情報は行事申し込み者への連絡用に利用するほか、行事遂行に必要な諸機関に提供します。受付時間：8時30分から17時(土・日・祝年末年始は休み)

事務局からのお知らせ

- ① 企画参加券には有効期限が記載されていますが、実際には有効期限はありません。
- ② 締切り後の催事のキャンセルは取り扱いませんのでご了承下さい。
- ③ SUNクラブニュースの第4号(2004年3月号)を探しています。お持ちの方は事務局までご一報下さい。
- ④ 新規会員紹介キャンペーン(行事優先参加券贈呈)について好評のため期間を6月末日まで延長いたします。新規会員さんの紹介をお願いいたします。

いきいきSUNクラブ 「小岩井農場の一本桜と農場産牛肉ランチを楽しむ旅」

月日(曜)	行 程						
5月2日 (水)	仙台駅東口	仙台宮城IC	古川駅	盛岡IC	小岩井農場(一本桜・乳業工場・昼食)		
	9:00		10:00		12:10	14:10	
			弘法桜(雫石)	盛岡IC	古川駅	仙台宮城IC	仙台駅東
			14:25	14:30	15:40	16:40	17:00



今年の桜は小岩井農場を訪れます。NHK朝の連続テレビ小説で有名になった一本桜や、その昔、弘法大師が杖にしていた桜の枝を立てた場所に根付いたと言われる樹齢約800年の弘法桜を鑑賞します。

ランチは小岩井農場で取れた牛肉やミルク・卵などをふんだんに使った小岩井農場プレートを召し上がっていただき、食後は農場内の桜をお楽しみ下さい。最後に雫石の弘法桜を鑑賞していただき、仙台へ戻ります。

- 出発日：5月2日(水)
- 参加費：5,500円(会員限定)
- 募集人員：47名 ※希望者多数の場合は抽選
- 最少催行人員：35名
- 添乗員：全行程同行します。
- 締め切り：4月10日(火)

いきいきSUNクラブ 「仙台空港見学と関上の記憶を訪れる旅」

月日(曜)	行 程						
5月17日 (木)	仙台駅東口	仙台空港見学(滑走路周辺・ターミナルビル・ショッピング)					
	9:00	9:45	12:15				
		サッポロビール園(ビール園ランチ&ビオトープ見学)	関上(語り部さんの案内で視察)				仙台駅東口
		12:40	13:30	13:50	15:20	16:00	

東日本大震災より7年が過ぎましたが、まだまだ完全に復興したとは言えません。仙台空港は滑走路が全て津波で流され、数ヶ月間閉鎖を余儀なくされました。また関上地区は津波で壊滅状態となり現在も別な所に住んでおられる方も多数おります。



今回の旅行では日本で初めて民営化された仙台空港の見学をします。バスで滑走路周辺や徒歩でターミナルビルを見学します。終了後はショッピングも出来ます。

ランチは名取のサッポロビール園でラムと牛タンを召し上がっていただき、隣接するビオトープの見学をしていただきます。午後は関上地区をガイドさんの案内で震災の記憶を、ビデオで見たり実際に歩いて視察していただきます。

※関上では飲酒された方は見学できませんので、昼食時のアルコールはご遠慮願います。

- 出発日：5月17日(木)
- 参加費：4,000円(会員限定)
- 募集人員：49名 ※希望者多数の場合は抽選
- 締め切り：4月20日(金)
- 添乗員：全行程同行します。

いきいきSUNクラブ 「文化祭」開催のご案内

前回参加者の募集をご案内させていただきました「第2回文化祭」ですが、以下の内容で開催いたします。出展・参加される方以外にも、たくさんの方々に足を運んでいただきたいと存じます。

■開催日：平成30年3月28日(水) 午前10時から午後3時まで

- 場 所：仙台市福祉プラザ
地下鉄南北線五橋下車、徒歩3分
- ①ステージ発表／
2階ふれあいホール
 - ②作品展示／
2階展示ホール



「初春のつどい」

櫻井希さんのフルートと尾澤香織さんのピアノによる「春の海(宮城道夫作曲)」で幕を開けた今年の「初春のつどい」は、小雨まじりの少し肌寒い日でしたが、788名の方々にお出でいただき、クラシックのコンサートとダンス、そして舞の海秀平さんの講演をお楽しみいただきました。

最初にピアノと仙台木管五重奏団の演奏、次に杜の弦楽四重奏団、最後に全体合奏に打楽器を加え、さらにスタンダードダンスが華を添え、お正月らしい華やかなステージを堪能しました。



最初の仙台木管五重奏団の演奏ですが、プーランク作曲「ノヴェレツェ」で始まりました。次にピアノを加えたモーツァルトの「ピアノと木管のための五重奏曲」より第一楽章を演奏していただきました。室内楽版ピアノ協奏曲のような趣をもち、それでいて木管楽器が節度をもって絡み絶妙なバランスを保った名演でした。

最後の曲は仲沼祐太作曲「宮城讃」です。宮城県内各地の民謡等からモチーフを取った曲で、お馴染みのメロディーが耳を楽しませてくれました。技術的に容易な曲ではなく主旋律と対旋律のバランスが難しいのですが、それぞれの楽器が絡み合い、それが融合し木

管楽器独特のポリフォニーを楽しませてくれました。

続いては杜の弦楽四重奏団の演奏です。モーツァルトの「アイネ・クライネ・ナハト・ムジーク」の弾ける演奏がホール全体を包み、続いてのバッハの「G線上のアリア」と共に至福の時を共有させていただきました。

後半は青葉城恋歌(さとう宗幸)～斎太郎節(宮城県民謡)、そして坂本九メドレーと、お馴染みの曲で会員の皆さんをうっとりさせてくれました。弦楽器の持つ柔らかさと凛とした音色がホールに溢れました。



木管・弦楽それぞれの演奏も素晴らしいものでしたが、打楽器を加えた全体演奏は個々の楽器の音色や表現と併せ、迫力も十分でクラシックやタンゴの名曲を楽しませていただきました。

さらに渡辺・及川ペア(弘前大学競技ダンス部)のスタンダードダンスも、とても優雅で皆さんうっとりとして見とれていました。さすが全東北学生競技ダンス選手権の覇者としての貫禄を見せ付けてくれました。



最初の曲はホルスト作曲の組曲「惑星」から「木星」をハイライト版でお楽しみいただきました。平原綾香さんの演奏でお馴染みの中間部で渡辺・及川ペアがワルツを踊ると、客席から一斉に拍手が沸き、ステージに大きな花が咲いたようでした。演奏も素晴らしく11人編成の演奏とは思えない迫力があり、それでいて繊細なところもしっかりと聴かせてくれました。

続いての曲は映画「ラストタンゴ・イン・パリ」からメインテーマです。タンゴは渡辺・及川ペアが最も得意とする種目で、メロディーが楽器から楽器へと受

け継がれて行く流れの中で、打楽器のリズムにしっかりと支えながら男女の熱愛を表現してくれました。

プログラム最後の曲はチャイコフスキー作曲バレエ音楽「くるみ割り人形」より「花のワルツ」です。クラシック3大ワルツの一つでとても華やかな曲で、木星と同様フルオーケストラの迫力と繊細な表現に魅了されました。花束贈呈の後、アンコールにお応えして演奏したのは東日本大震災復興支援ソング「花は咲く」でした。しっとりしたメロディーと優雅なダンスに、最後まで大きな拍手が送られました。



1月
17日

いきいきシニア

後半は、舞の海秀平氏の講演をお楽しみいただきました。「小よく大を制す」と題し、力士になった動機や、新弟子検査の際のエピソードをユーモアたっぷりとお話していただきました。その後、新弟子検査の身長は167cm以上に緩和され、シリコンを入れての検査も禁止されたとのことでした。

また、相撲は力と力のぶつかり合いですが、決して体格の大きさや体重で勝敗が決まるものではなく、ぶつかり合った力と力のバランスを崩すことで勝敗が決まるというもので、まさに「小よく大を制す」でした。

小兵として自分より大きな力士をどう負かすか、これまでメジャーでなかった技を駆使し、大相撲の新たな楽しみをファンの皆さんに教えていただきました。横綱が使ったら顰蹙を買いそうな技でも、自分のような小兵が上位力士を負かしたら座布団を飛ばして喜んでくれたり、次はどんな技を披露してくれるのかと、正に技のデパートそのものでした。

また、現役時代のエピソードや、解説者としての心構えについてユーモアたっぷりにお話していただき、あっという間の50分でした。

最後の10分間は、司会の守屋周さん(東北放送)との掛け合いで、今場所の見どころや優勝争いのポイント等について、熱く語っていただきました。また守屋さんにはコンサートの部から始まり最後まで素敵な司会をしていただき、客席の皆さんはもちろん出演者の方々にも、和やかに過ごしていただくことができました。

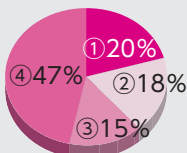


ア★ン★ケ★ー★ト

この度もいきいきSUNクラブ感謝祭にご参加いただきまして誠にありがとうございました。会員、賛助会員、いきいき学園生合せて788名の方々にご参加いただき盛況に開催できました。141名の参加者にアンケートをご記入いただきましたので集約したものをご案内いたします。なお、個別の意見につきましては一部を掲載させていただきます。全てのご意見はホームページに掲載します。

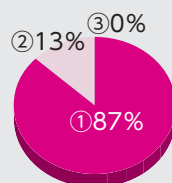
1. いきいきSUNクラブの感謝祭には 今回で何回目ですか？

- ①はじめて (20%)
- ②3回以上 (18%)
- ③5回以上 (15%)
- ④ほぼ毎回参加している (47%)



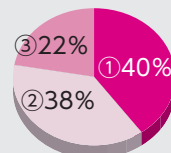
2. 次回も参加したいと思いますか？

- ①是非参加したい (87%)
- ②出演者による (13%)
- ③もう参加したくない (0%)



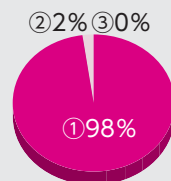
3. いきいきSUNクラブの会員になった きっかけを教えてください

- ①友人に誘われて (40%)
- ②会員勧誘案内をみて面白そうだから (38%)
- ③その他 (22%)



4. 今回の内容について

- A 管弦楽とダンス
 - ①良かった (98%)
 - ②まあまあ (2%)
 - ③つまらなかった (0%)
- B 舞の海秀平さん
 - ①良かった (98%)
 - ②まあまあ (2%)
 - ③つまらなかった (0%)



5. 今回の感謝祭に対するご意見

- ・司会者の力によるところが大だと感じます。進行や出演者の紹介良かったです。楽天やベガルタの実況聞いてます、間近でお目にかかれて嬉しかったです。(伊藤さん他)
- ・出演者が真剣で謙虚な態度が良かった。白髪頭の出しゃばりが非常に気になった。(黒田さん)
- ・コンサートの部、盛り沢山でどうなるかと思いましたが大満足でした。舞の海さんのお話も大満足でした。(根来さん)
- ・木管五重奏や弦楽四重奏、それにダンスと思いがけず高尚なムードに浸れ、しばし幸せな時を過ごさせて頂き感謝申し上げます。(藤田さん)
- ・これまでの中でも特に良かった。楽器のアンサンブルはフルオーケストラにひけをとらず聴き応えがありました。ダンスも良かったです。舞の海さんは解説者として活躍されているので話が分かりやすく面白かったです。(三上さん)
- ・モーツァルトの心休まる旋律と音色は新春らしく心から癒されました。ダンスも雰囲気を高めて良かったです。(阿曾さん)
- ・コンサートは中身の濃く、ユーモアも交えて素晴らしい。ダンスはもったいない位、価値のある演技だった。両名に対し将来幸多かれと祈る。(狩野さん)
- ・とにかく今回は楽しめました。本当に来て良かったです。風邪気味で雨も降っていましたが、お陰様で元気をいただきました。好きなものが一杯詰まった「玉手箱」のようなステージと講演でした。渡辺さん、及川さん……社会に出て頑張ってくださいね。とても楽しかったですよ。いつかまたお二人のダンスを見たいものです。(武田さん)
- ・管弦楽とダンスとても良かったです (👍)です。最後の「花は咲く」はジーンとききました。(小松さん)
- ・大澤さん、「あかぬけ」しましたね。(定方さん)

6. SUNクラブの活動に関するご意見

- ・ウォーキングの企画をして欲しい。(複数)
- ・とても素晴らしい会なのにPR不足。いろんなところに声を掛けて会員を増やす努力をして欲しい。(複数)
- ・バス旅行の回数をもっと増やして欲しい。(複数)

「SUNクラブ杯パークゴルフ2018」

昨年に引き続き開催します。2つのサークルとSUNクラブ会員さんと、宮城いきいき学園(在校生・卒業生)相互に交流を図り、楽しい一日を過ごしたいと思います。

サークルに加入していないSUNクラブ会員さんも大歓迎ですので、奮ってご参加下さい。



- 実施日：平成30年5月14日(月)
- 会場：やくらいパークゴルフクラブ
- 募集人員：160名 ※先着順です。
- 参加費：1,500円(プレイフィー、参加賞、昼食代含む/事前入金)
- 表彰：優勝・準優勝・3位・飛賞・ブービー賞(各男女別)
- 締め切り：4月26日(木)
- 申し込み：電話でSUNクラブ事務局(022-223-1171)までお申し込み下さい。
サークルに加入している方も電話でお申し込み下さい。
- その他：締め切り後にキャンセルされた場合、返金はありません。

「我が家のファミリーヒストリーの読み解き」

～ファミリーヒストリー(家族史)の調べ方～

我が家の家族史、祖先を辿りながら歴史・文化・祖先の生き方を訪ねてみませんか？ 我が一族の由来や調べ方についてお話しします。時代時代に活躍し生き抜いてきた祖先、そのお陰での自分の存在、生活因習や歴史・文化・祖先の生き方を知り、それを今日の長寿社会での私達の暮らしに活かし更に次世代に継承、祖先歴史は人生の道標です。



- 実施日：5月22日(火) 開始13:30～
- 会場：東京エレクトロンホール宮城401会議室
- 募集人員：50名 ※申込み多数の場合は抽選です。
- 受講料：無料(会員以外の方も参加できます)
- 講師：ヒューマンサポートカキョウ主宰 鹿郷健二氏
- 締め切り：5月1日(火)

教養講座「捨てないで それってお宝かも!!」

終活に向けて身の周りの物を整理している方も多いと思いますが、その中にお宝が潜んでいるかも知れませんよ。気になるものがあったら当日ご持参してみては。

- 実施日：5月28日(月) 開始13:30～
- 会場：仙台福祉プラザ10階 第3研修室
地下鉄南北線「五橋」下車徒歩3分
- 募集人員：20名 ※申込み多数の場合は抽選です。
- 受講料：無料
- 講師：櫻井鉄矢(鑑定士)
- 締め切り：4月25日(水)
- 協力：仙台シルバーパートナーズ



SUN
ABC **英語** DEF
愛好クラブ

身の回りの英会話を中心に、楽しく学んでいます。いつでも見学にお越しください。

■例会／
月曜コース…毎週月曜日
14時～16時
火曜コース…毎週火曜日
14時～16時

■会場／仙台市市民活動サポートセンター3階研修室
(青葉区一番町)

■会費／月会費3,000円

■講師／谷津秀治

■連絡先／080-5220-8905
(事務局)

SUN
ふきやで笑顔
健康ふきやサークル

「ふきや」は楽しく簡単に誰にでもすぐできて、健康維持とコミュニケーションに最適です。お気軽にご参加ください。

■例会日・会場
★中山サークル(中山北集会所)
4月6日・20日、5月11日・25日
13時～15時30分

★黒松サークル(黒松生協または黒松市民センター)
4月13日・27日、5月10日・24日
19時～

★荒井サークル(荒井生協または蒲町コミセン)
4月13日・27日、5月10日・24日
19時～

★出花サークル(出花集会所)
4月13日・27日、5月18日・13時～15時30分、5月26日・10時～12時

※多々会場の変更がありますので、特に新しい方やしばらくお休みの時などは、必ず平さんまでお問い合わせ下さい。

■参加費(各回)／会員500円、非会員550円(中山北のみ1,000円)ただし初回入会金1,000円、マウスピース代300円必要です。

指導／たけなすこおおろあなてーる0580
Email: tina_moko@docomo.ne.jp

「知事公館でお花見しましょう \(\^o^\)/」

昨年大好評だった知事公館のお花見を今年もやります。昨年は多くの方にお申込みいただき、抽選に漏れた方には申し訳ありませんでした。

知事公館は元禄8年(1695年) 四代藩主伊達綱村の家臣田村内蔵允顕行が、藩主の命により現在の知事公館のところに邸宅を普請したのが始まりです。

中には洋室の他に和室と貴賓室もあり、自由に見学することが出来ます。今回は洋室2部屋と庭園をSUNクラブで貸しきってお花見を楽しみます。

知事公館の桜は種類が豊富で、数週間楽しむ事が出来ますので、天気がよければお庭で弁当をいただきながらお花見を楽しめます。

■実施日：1班／平成30年4月17日(火) 11:00～14:00

2班／平成30年4月20日(金) 11:00～14:00

■会場：宮城県知事公館 仙台市青葉区広瀬町5番43号
仙台市営バス「交通局大学病院前」より徒歩約5分

■参加費：2,000円(お花見お弁当付き)

■募集人員：各班25名(会員限定)

■締め切り：4月4日(水) ※申込み多数の場合は抽選

■その他：現地集合・現地解散／雨天決行／お酒やお茶等は各自ご持参下さい。



庭園

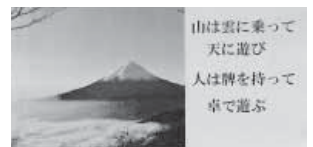


洋室

「SUNカルチャー麻雀友の会」結成のご案内!!

この度いきいきSUNクラブに新しいサークルが仲間入りしました。二つ目の健康麻雀サークルで「SUNカルチャー麻雀友の会」です。

モットーは“人に優しく、自分に厳しく”、“一にマナー二に点棒”です。高齢の方には送迎もありますので、お気軽にご参加下さい。



健康麻雀、頭も心も健康に！麻雀で脳トレ、サークルで友達を作り、いきいきとした健康な毎日をすごしましょう。

■例会／(毎木曜日※4月26日を除く) 10時～17時
■会場／万里(青葉区中央2-1-27野村證券隣ビル4階)
■会費(各回)／男性1,450円 女性1,350円
※食事付、食後にコーヒーと15時に飲物付
※希望者は左記まで連絡下さい。
■問い合わせは／事務局022-797-6079(平元)



SUNクラブ 健康麻雀サークル

人に優しく、自分に厳しく、一にマナー二に点棒をモットーに楽しく遊びましょう。
ご高齢の方は往復送迎いたします。

■例会／(毎月第四日曜日) 10時30分受付・四回戦
■会場／藤ランドホール
■会費(各回)／2,000円(別途入会金1,000円)
※参加賞、他各章有り。
■問い合わせは／世話人代表(村山健太郎、伊藤純一(副会長))
TEL090-1377-13188
FAX022-271-0073



カルチャー麻雀友の会

身近な生活小物(木、布、紙、硝子素材)に用意してある図案を写し、主に花などを描いて楽しめます。初心者の方は簡単な物から始めますので、安心して挑戦してください。いつでもお気軽に体験できます。

■例会／4月13日・27日、5月11日・25日 10時～12時
■会場／仙台市市民活動サポートセンター 研修室2(青葉区一番町4丁目)
■会費／月2回で2,000円(絵の具込み) ※別途材料費要
■定員／先着10名 ■指導／八島てい子



トールペイント (講師作品)

SUN トールペイントサークル

いきいきSUNクラブ「及川亮」絵手紙教室
1クール(3ヶ月)、全6回の教室となりますが途中入会も可能です。また、継続参加も可能です。初心者の方へも丁寧に指導しておりますので、お気軽に参加ください。
※及川先生は4月からは月に1回出席して指導予定です。

■例会／4月2日・9日、5月7日・21日 各月曜日 9時30分～12時30分
■会場／宮城県管工事会館9階会議室 (NHK仙台放送局斜向かい)
■会費／全6回(3ヶ月)で4,000円 (途中入会の方は別途規定あり)
■募集人員／若干名
■指導／及川亮(奇数月のみ)



「及川亮」絵手紙教室

SUNクラブ ラフターヨガ

ラフターヨガは誰にでもすぐ出来る笑いとヨガの呼吸法を組み合わせたエクササイズです。時にはみんなでランチを囲んでお話を花を咲かせます。笑いの仲間たちがあなたをお待ちしております。

■例会／4月24日、5月22日(各火曜)
13時30分～15時

※5月22日は知事公館を予定しております。

■会場／青葉区中央市民センター3階音楽室

■会費／各回500円

■募集人員／10名

■講師／黒澤八重子

■その他／動きやすい服装で参加ください。笑うと汗をかきます。タオル、飲み物も忘れずに。

■問合せ先／SUNクラブ事務局



SUNクラブ 健康呼吸体操・練功十八法

サークル

練功十八法とは伝統的呼吸法とともに、ツボ刺激やマッサージ、体幹の動きやストレッチを取り入れ、音楽に合わせて柔らかに体を動かす中国式の体操です。やさしい動きが基本ですので、身体を動かすのが苦手な方でも参加できます。ぜひ体験してみてください。



■例会／4月3日・10日・24日、5月8日・15日・29日(各火曜) 10時30分～11時45分

■会場／エルパーク仙台5階和室またはフィットネススタジオ

■会費／月3回4,000円

■募集人員／10名

■その他／動きやすい服装でタオル飲み物も忘れずに。

■指導／中国上海練功十八法協会認定公認指導員 長沼羊香
■問合せ先／SUNクラブ事務局(02222223117)または長沼羊香(07070695318885)

SUNクラブ 若月会 歌謡舞踊教室



昔懐かしい唱歌や歌謡曲に合わせて身体を動かしてみよう。日舞の動きを取り入れた振りで、気軽に楽しく踊っていただけます。2時間のお稽古は結構な運動になりますよ。ご参加お待ちしております。

■例会／4月2日・16日、5月7日・21日

9時50分～11時50分

■会場／東京エレクトロンホール宮城 地下和室

■会費／月2,000円

■募集人員／5名

■服装／ゆかた、半巾帯(着れない方には指導いたします。動きやすい服装であれば大丈夫です)

■指導／若月会 若月松美代

SUN 筆ペン字・ペン字サークル

自分の上達したい字を、正しい筆順や姿勢を覚えながら、マイペースで練習しています。見学の方大歓迎です!!

■例会日／毎週木曜日

13時～15時

■会場／仙台市民活動サポートセンター3階研修室2(青葉区一番町4丁目)

■会費／各回1,000円

■持参したくもの毛筆(太筆で書く方)、小筆の方は筆ペンで可、ペン字の方はボールペン、新聞紙 ※書道用具をお持ちの方はご持参ください

■講師／八巻はつひ



SUNクラブ うたどえ喫茶

毎月第3火曜日、昔の若者(60代・70代)が30人くらい集まりなつかしの歌を歌ってあります。時間がありません。時間がない方もお出掛け下さい。



■例会／4月17日、5月15日(各火曜)

■会場／ホテルサンプラザ6階けやきの間

13時30分～15時30分

■会費／各回1,500円(ワンドリンク付)

■連絡・問い合わせは／世話人 伊藤しもこ

08060169219

SUN 宮城野 社交ダンス

普及クラブ

何時でも気軽に楽しく踊れ、社交ダンスの正しい基本とマナーを学べる教室を目指しています。初めての方もお気軽にお越しください。(上履き持参)

■例会／

総合初級・毎週水曜日10時～12時

毎週木曜日13時～15時
毎週水曜日10時～12時

■会場／宮城野区中央市民センター(仙石線原ノ町駅裏 ※南側)

■月会費／3,500円

(※別途入会金4,000円要)

■募集人員／各コース若干名

■指導／村上満



SUN 着物着付け教室



春のお茶会、観劇、行事など着物で出席する事も多いと思います。お持ちになられている小物で十分に着る事ができますので、一度見学にいらして下さい。

■例会日／4月19日・25日、5月9日・30日

13時～15時

■会場／エルパーク仙台5階・和室1または2(二越となり)

■会費／1回1,000円(要維持費)

■持参したくもの着物・帯・小物類など一式(不明な点はご連絡下さい)

■講師／伊藤真知子

■連絡先／090139714316

SUN 手品教室



ご一緒にミラクルを体験してみませんか? 周りの注目を集めたい方、手先が器用になりたい方大歓迎。毎回レパートリーを増やしながらく練習しています。初心者大歓迎です。1度見学にお越しください。

■例会／4月6日・20日、5月11日・18日 13時30分～16時

■会場／三本松市民センター

■会費／各月3,000円

■入会教材費／2,000円

■指導・問い合わせ／田村春人

0221248189888
0705323198887

女声コーラス

SUNハーモニー

和やかな雰囲気の中、童謡をはじめ誰でも知っている懐かしい日本の歌、抒情歌などを歌っております。初心者の方も募集しておりますのでお気軽にお越しください。



- 例会／4月5日・12日・19日、5月10日・17日・24日の13時～15時
- 会場／仙台市民会館第一教養室
- 会費／各月3,000円
(他に必要に応じて負担あり)
- ※見学参加の場合1,000円となります。
- 指導／高橋京子
090-11375-4577

SUN
手づくりの会

4月はソフトネンドでバラの作り方をレッスンします。糸で7・8コ大小混ぜたもの。5月は4月に作ったバラの花をとめいなフタ付きのコレクションケースに副材等でアレンジをします。フタ付きなのでほこりを気にせず飾れます。

- 例会／4月20日、5月18日 14時～16時
- 会場／仙台市民活動サポートセンター3階第2研修室
- 会費／各回1,500円(材料費込み)
- 募集人員／若十名
- 講師／木村文字

SUN
いきいき太極拳

ゆったりとした深い呼吸と流れるような全身運動は体幹を鍛え、健康な体をつくれます。まずは硬くなった体をほぐしにいらつしやいませんか？やさしい先生と楽しい仲間が待っています。



- 例会／4月10日・24日、5月15日・29日 各火曜日13時～14時30分
- 会場／エルパーク仙台5Fフィットネススタジオ
- 会費／月2回で3,000円、入会金1,000円
- 指導／全日本太極拳協会本部 上級総合コーチ 田崎眞喜子
- その他／水分補給のため飲み物をご持参ください。

SUN
民謡サークル 萩の会

民謡日本一の佐藤勇さんが、初心者やベテランを問わず懇切丁寧に指導いたします。宮城の民謡「さんざ時雨」から始まり日本各地の民謡へとレパートリーを広げていきたいと考えております。初心者大歓迎！ご参加お待ちしております。



- 例会／4月11日・25日、5月9日・23日 (毎水曜) 13時～15時
- 会場／宮城野区中央市民センター和室
- 会費／月2,000円(年会費1,000円)
- 募集人員／10名
- 指導／民謡日本一 佐藤勇
- 問合せ／事務局 090-7071-7318

SUN
Y Y ボウリング
愛好会

西友の富谷店2階のボウル・サンシャインで楽しくプレイしております。活動は午前の2時間です。新規会員募集中！始めてみたい方はどうぞお気軽にお越しください。

- 例会／毎週木曜日(祝日の場合は休会) 10時～12時
- 会場／ボウル・サンシャイン富谷店
- ※富谷町ひより台2丁目…西友富谷ショッピングセンター2階
- 参加費／1,000円(貸靴300円各自)

SUN
ボウリング
愛好会

西多賀で楽しくボウリングをしております。内容は20分間の練習ボウル後に、2ゲームの交流戦を実施します。只今、新規会員を募集中です。どうぞお気軽にお越しください。

- 例会／毎月第2・第4木曜日…4月12日・26日、5月10日・24日 13時30分から開始
- 会場／タイトーステーション仙台ベガロポリス店(太白区西多賀5-24-1)
- 参加費／1,000円(貸靴360円各自)

SUN
宮城クラブ

名称を「SUN宮城クラブ」に変更しました。新規会員も常時受付しております。初心者の方も大歓迎です。どうぞお気軽にお越しください。

- 例会／4月6日(金) やくらいパークゴルフ場 9時30分
- 4月19日(木)・20日(金) 福島市宮パークゴルフ場
- 5月4日(金) やくらいパークゴルフ場 9時30分
- 5月18日(金) ふれあいの森パークゴルフ場 9時30分
- 参加費／各回600円
- 問い合わせ／井上宅 022-1372-6338

いきいきSUN 蔵蔵
パークゴルフ同好会

今年の例会は3月8日(木)に万葉パークゴルフ場で再開しました。本格的なパークゴルフシーズンの開始です。一緒にパークゴルフを楽しんでみませんか？

- 例会／4月10日・22日、5月8日・27日、5月19日は記録会
- 受付8時30分から組み合わせ、9時からスタート
- 会場／万葉パークゴルフ場
- 参加費／各回600円
- 問い合わせ／沼倉携帯090-12988-7537

SUN 遊星と娯楽部

絵のような書道を体験してみませんか。その独特な筆遣いと色付けで、自分を表現する書体を見つめます。初めての方へも丁寧に指導しております。興味のある方は一度お越しください。



- 例会／毎月第1第3各火・水・木 11時～16時30分
- 会場／春日神社集会所
- (仙台メディアテーク裏)
- 会費／各コース月2回で3,000円
- 定員／各コース先着10名
- 指導／三浦利道
- 090-12364-13663

SUN 下学塾

詩吟をやって
漢詩もね

詩吟サークルが装いを一新しました。場所も八乙女に移動になり漢詩も始めました。気軽に学ぼう詩吟と漢詩。

- 例会／毎月第2・4月曜日 詩吟13時～15時 漢詩15時～17時
- 会場／県民共済ビル八乙女プラザ2階 (地下鉄八乙女駅近く)
- 会費(月額)／詩吟1,000円・漢詩1,000円・両方2,000円
- 指導／進藤侑風(岳風流)

いきいきSUNクラブ カラオケ交流会

歌うことがなによりも好き!そんな仲間達の集まりです。ご一緒しませんか?

- 例会／4月11日・25日、5月9日・23日 13時～16時(受付は12時30分から)

- 会場／カラオケ・シダックス定禅寺通ワラバ(東京エレクトロンホール向かい)
- 会費／
- 各回 会員700円
- (ワンドリンク付)
- 入会金／1,000円
- 世話人代表／近澤富造



SUN リンパストレッチ (らくらくストレッチ&骨盤調整) サークル

ツボとツボを結ぶ「経路」をタイ式ストレッチで刺激して気を流し、若々しく、そして健康に。不調の緩和にお役立てください。運動の苦手な方、身体が硬いという方に特別にお勧めです。どうぞお気軽にお越しください。



- 例会日／4月10日・24日、5月8日・22日
- 第2第4火曜日 14時～15時30分
- 会場／エルパーク仙台5階 和室2
- 会費／月会費2,500円(下見参加の方は1,200円)
- 定員／先着10名
- 動きやすい服装でご参加ください
- 指導／佐々木恵美子

SUN 花あそび・いけばな サークル

仙台駅前バスプールより徒歩5分。趣味で習いたい方、レベルアップを目指す方まで、まずは気軽に体験レッスンにお越し下さい。男性の方も歓迎です。



- 例会日／
- Aコース 4月3日・17日、5月1日・22日
- Bコース 4月10日・24日、5月15日・29日
- 各火曜日11時～17時の間(1時間程度、時間自由、個別稽古)
- 会場／大正園おけいこ教室(青葉区中央1丁目)
- 会費／月2回2,000円
- (別途花代、各回1,200円)
- その他／ハサミ・花器などは準備しております。エプロン、お持ち帰り用花袋はご持参下さい。
- 講師／華道家元池坊いけばな教授 樋口電子

SUN 俳句会



平穩な日常にあつて「何を俳句に書きたいのか」と自問する。街歩きやバスの中で兼題について考えていることがある。今見ている景色に自然に言葉が浮かんでくる。携帯電話の機能を利用してメモする。後日の整理で時々の関心が見える形となり、脳活となる。このことが励みなのだ。と知る。新会員募集中です。

- 例会／4月27日(金)、5月25日(金) 13時～17時
- 会場／仙台市市民活動サポートセンター3階研修室2(青葉区一番町4丁目)
- 会費／月会費1,500円(別途入会金500円)
- 指導／浪山克彦
- 問い合わせ／阿部022-276-2366
- 【会員作品】
- ・庭師去り空の明るき小春かな 千代子
- ・咳ひとつしんと染みる夜半となり セツ子
- ・年忘れ冗談口の本気かな

特別展 「古代アンデス文明展」 仙台展

- 実施日：7月27日(金)～9月30日(日)
- 開館時間9:00～16:45(入館は16:15まで)
- 休館：毎週月曜日と9月18日(火)・25日(火)
- ただし8月6日(月)・13日(月)・9月17日(月・祝)・24日(月・祝)は開館
- 会場：仙台市博物館
- 入場料：一般・大学生／前売り券1,300円(会員500円引き)
- 頒布：100枚 ※申込み多数の場合は抽選
- 締め切り：6月29日(金)
- ※申込み後のキャンセルは出来ません。
- 協力：東北放送



《チリバヤ文化のミイラとその副葬品(女性幼児)》
ペルー文化省・ミイラ研究所・チリバヤ博物館所蔵



細かい細工がほどこされた金の装飾品
後期シカン文化
ペルー文化省・
国立ブリューニング考古学博物館所蔵

サンリオハートフルタイム

ハローキティ&ジュガーバニーズの
まっとうまぐいくよ!

- 実施日: 4月29日(日)
開演/1回目13:00~、2回目16:00~
■会場: 多賀城市民会館大ホール
(多賀城市文化センター内)
■入場料: 全席指定2,700円(会員1,000円引き)
2歳以下ひざ上無料。
但しお席が必要な場合は有料。
■頒布: 30枚
※申込み多数の場合は抽選
■締め切り: 4月5日(木)
※締め切り後のキャンセルは出来ません。
■協力: (株)トップアート



c76/04/05/18 SANRIO APPROVAL No. P0900110-1

「市川由紀乃」

歌手デビュー25周年コンサート

- 実施日: 6月27日(水)
開演/昼の部14:00~
夜の部18:00~
■会場: 東京エレクトロンホール宮城
■入場料: S席6,000円
(会員900円引き)
■頒布: 20枚
※申込み多数の場合は抽選
■締め切り: 4月26日(木)
※締め切り後のキャンセルは出来ません。
■協力: 世界芸能(株)



鼓童 特別公演2018「道」

『血沸き、肉躍る。』本作品は鼓童、半世紀の歳月をかけ継承してきた舞台。
「大太鼓」「屋台囃子」など鼓童のDNAとも言える演奏を是非お聴き下さい。

- 実施日: 7月18日(水) 開演18:30~
■会場: 東京エレクトロンホール宮城
■入場料: S席6,000円
(会員900円引き)
※未就学児の入場はご遠慮ください。
■頒布: 20枚
※申込み多数の場合は抽選
■締め切り: 4月6日(金)
※締め切り後のキャンセルは出来ません。
■協力: (株)キョードー東北

「五木ひろし」
ビッグステージ

- 実施日: 5月17日(木)
開演/昼の部14:00~
夜の部18:00~
■会場: 東京エレクトロンホール宮城
■入場料: S席7,000円(会員1,000円引き)
■頒布: 20枚 ※申込み多数の場合は抽選
■締め切り: 4月18日(水)
※締め切り後のキャンセルは出来ません。
■協力: 世界芸能(株)

反田恭平ピアノ・リサイタル全国ツアー
2018 ~ 2019

- 実施日: 7月21日(土) 開演14:00~
■会場: 仙台・電力ホール
■入場料: 全席指定3,500円(会員700円引き)
※未就学児童入場不可
■頒布: 10枚
※申込み多数の場合は抽選
■締め切り: 4月10日(火)
※締め切り後のキャンセルは出来ません。
■協力: 仙台放送



ハッピー・ジャズ・アワー

- 実施日: 5月4日(金・祝)
開演16:00~
■会場: 東北大学百周年記念会館
「川内萩ホール」
■入場料: S席5,000円
(会員800円引き)
■頒布: 20枚
※申込み多数の場合は抽選
■締め切り: 4月5日(木)
※締め切り後のキャンセルは出来ません。
■協力: (株)東北放送



渡辺香津美(ジャズギター)
須川展也(サクソフォン)
奥村愛(ヴァイオリン)

平原綾香

15th Anniversary CONCERT TOUR 2018 ~ Dear Music ~

- 実施日: 7月8日(日)
開演17:30~
■会場: 東京エレクトロンホール宮城
■入場料: 全席指定6,800円(会員1,000円引き)
※未就学のお子様のご入場はご遠慮願います。
■頒布: 20枚 ※申込み多数の場合は抽選
■締め切り: 3月30日(金)
※締め切り後のキャンセルは出来ません。
■協力: ニュース・プロモーション



伊勢正三LIVE2018

～風が聴こえる～

- 実施日: 6月17日(日) 開演16:30~
■会場: トークネットホール仙台
(仙台市民会館)大ホール
■入場料: 全席指定6,500円 (会員900円引き)
※未就学児童入場不可
■頒布: 20枚
※申込み多数の場合は抽選
■締め切り: 5月9日(水)
※締め切り後のキャンセルは出来ません。
■協力: (株)ノースロード・ミュージック



なよし地球

宮交観光サービスがおすすめする

旬なバスの柙

●お問い合わせ・お申し込みは
なよし地球予約センター
TEL022(298)7765電話受付時間 9時20分～17時40分
土・日・祝日はお休みいたします。■旅行企画・実施／観光庁長官登録旅行業第1975号 宮交観光サービス(株) 仙台市宮城野区小田原1-2-19
TEL 022(298)7765 総合旅行業務取扱管理者 佐藤隆幸 ■詳しい旅行条件書は 旅行会社へご請求ください。

旬を楽しむバスツアー

全コース添乗員同行します

■ 宮城県・南三陸町

旬のわかめ加工&生わかめのしゃぶしゃぶ試食付!南三陸グルメ満喫ツアー

3月は南三陸の新名物「さんこめし」、4月は海の幸満載の「海鮮丼」

■ 出発日 3月29日・4月17日
■ 旅行代金 8,800円(会員500円引き)
■ 食事条件 昼1回 ■ 最少催行人員 23名

■ 行程

仙台 [10:00] = 南三陸町内(旬のわかめの芯をとる加工体験をお楽しみ下さい。生わかめのしゃぶしゃぶ試食付) = 南三陸町内視察(震災から7年を経た現在の南三陸町を回ります) = 志のや(3月は南三陸の新しい名物丼タコ、はらこ(イクラ)・アナゴの炊き込み丼「さんこめし」、4月は「海鮮丼」をお召し上がり下さい。) = 南三陸さんさん商店街(買い物) = 仙台 [17:00] 頃

■ 宮城県・松山町/石巻市/塩釜市

塩釜産生まぐろ食べ放題と一ノ蔵見学で美酒探訪

旬の味覚を贅沢に・・・

■ 出発日 3月31日、4月14日
■ 旅行代金 6,880円(会員500円引き)
■ 食事条件 昼1回 ■ 最少催行人員 35名

■ 行程

仙台 [9:00] = 一ノ蔵本社蔵(蔵見学・試飲) = 華の蔵(買い物) = 木の屋石巻水産美里工場(試食・買い物) = 塩釜市内(ご昼食は塩釜産生まぐろの食べ放題!500円追加で蒸し牡蠣食べ放題に変更可能です。お申込み時にお申出下さい。当日変更不可) = 日本三景松島(フリータイム/約1時間30分) = 仙台 [17:00] 頃

■ 宮城県・白石市/柴田町、福島県・福島市

バスツアーでお花見2018桃源郷「花見山公園」と宮城県南のさくらめぐり

花見山公園・白石城・大河原一目千本桜・船岡城址公園など桜の名所を回ります。

■ 出発日 4月8日・11日・13日・18日
■ 旅行代金 7,700円(会員500円引き)
■ 食事条件 昼1回(内弁当1回)
■ 最少催行人員 35名

■ 行程

仙台 [8:30] = 花見山公園(お花見/約1時間30分) = 【昼食は車内でお弁当】 = 白石市内(白石城天守閣・益岡公園でのお花見をどうぞ) = 船岡城址公園(お花見フリータイム/約2時間30分のご滞在) = 仙台東IC = 仙台 [18:30]

■ 宮城県・仙台市

魚を肴に「日本酒ナイト水族館」で宮城の地酒を満喫

宮城の蔵元が大集結!バスツアーならお酒も安心!日本酒片手に夜の水族館を楽しもう!!

■ 出発日 4月13日
■ 旅行代金 5,500円(会員500円引き)
■ 食事条件 なし ■ 最少催行人員 35名

■ 行程

泉中央 [17:45] = 仙台 [18:15] = 長町 [18:40] = 仙台商みの杜水族館(昨秋一夜限りで開催され、大好評につき再度開催が決定!有名蔵元が一堂に会する「日本酒ナイト水族館」をお楽しみ下さい。水族館ロビー入りガラス&試飲券2杯分付/19:30~21:00まで) = 長町 = 仙台 [22:00] 頃 = 泉中央

■ 福島県・三春町

三春の滝桜としだれ桜の城下町・三春の桜めぐり

伊達政宗公正室・愛姫様のふるさと・三春の桜を訪ねます。

■ 出発日 4月13日・15日・17日
■ 旅行代金 8,200円(会員500円引き)
■ 食事条件 昼1回 ■ 最少催行人員 35名

■ 行程

仙台 [8:30] = 三春の滝桜(お花見/約1時間30分) = 三春町内(「ほうろく焼き」をはじめとする郷土料理満載の和食膳をお召し上がり下さい) = 三春まちなか桜めぐり(愛姫さまの足跡を巡りながら町内の桜の銘木を案内付でお楽しみ下さい/約2時間) = 仙台 [17:30] 頃

■ 北海道・函館市

現地バスガイド案内付!往復北海道新幹線で行く函館目帰りお花見ツアー

北海道新幹線に乗って函館の桜の名所をまわります。

■ 出発日 5月2日・7日
■ 旅行代金 29,800円(会員500円引き)
■ 食事条件 夕1回(内弁当1回)
■ 最少催行人員 20名

■ 行程

仙台駅 [6:40] ■■■ <北海道新幹線はやぶさ95号> ■■■ 新函館北斗駅 = 昆布館 = (休憩・買物) = 函館朝市(自由昼食・自由散策) = 函館市内(五稜郭タワー・トラピスチヌ修道院・金森赤レンガ倉庫などを現地バスガイド案内付でお楽しみ下さい) = ロープウェイにて函館山夜景鑑賞 = 新函館北斗駅線路の表記 <北海道新幹線はやぶさ96号> 線路の表記 仙台駅 [23:01] 頃